



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler Mutluluklar Diler

ÇAYIR KÖFTESİ



Yarım kg. yağsız dana kıyma
1 Adet orta boy kuru soğan
1 Adet orta boy patates
2 Diş sarımsak
1 Dilim bayat ekmek içi
1 Büyük bağ maydanoz
Yarım çay kaşığı karbonat
1 Tatlı kaşığı karabiber
1,5 Tatlı kaşığı tuz
Yarım çay bardağı sıvıyağ

- # Maydanoz yaprakları çok ince kıyılır. Yarısı daha sonra kullanılmak üzere ayrılır.
- # Yoğurma kabına ince rendelenmiş soğan ve patates ve ekmek içi konur. Ekmek yumuşayana kadar yoğrulur.
- # Üzerine kıyma, dövülmüş sarımsak, karbonat, karabiber, tuz ilave edilir. Malzeme bütünleşene kadar yoğrulur.
- # Daha sonra ince kıyılmış maydanozun yarısı katılır. Maydanoz köfte harcına homojen dağılacak şekilde kısa süre yoğrulur.
- # Elde edilen köfte harcı buzdolabında yarım saat dinlendirilir. Daha sonra cevizden küçük top şeklinde köfteler yapılır.
- # Ayrılan kıyılmış maydanoz bir tepsiye yayılır. zerine hazırlanan köfteler konur, tepsi sallanarak, maydanozun kfeye yapışması sağlanır.
- # Büyük bir tavaya sıvıyağ konur. En büyük ocak kısık ateşe ayarlanır ve tava ocağa yerleştirilir. Köfteler ısınmış tavaya bırakılır, tava sallanarak kızartılır.
- # Köfteler servis tabağına alınır, üzerine kıyılmış maydanoz serpilir, sofraya getirilir.

Not: Bu l ile iki tava çayır köftesi elde edilir.